

## グリーフケアとは…

大切な人との死別は人生で一番大きなストレスと言われています。大切な人を亡くしたあとに、つらく悲しい気持ち（グリーフ）がしばらく続くことは、本来は自然な反応です。しかし、なかには悲嘆（グリーフ）が強く長期に及ぶこともあり、また、月日がずいぶん経ってから、押し寄せてくる悲嘆もあります。

愛する人がいない世界を生きていくことは、広く大きな海原を一人渡ろうとしているようなものではないでしょうか。ひとりでは、そのオールの手ざりがわからなくなる時があります。

つらい気持ちをひとりで抱え込まないで。その気持ちを相談できる場所が、きっとあります。

『グリーフ相談支援ネットワーク』では、あなたにとって無理のないオーダーメイドのサポート方法を一緒に考えます。



白木蓮（ハクモクレン、White Magnolia）  
花言葉：「崇高」「気高さ」「高潔な心」「慈悲」

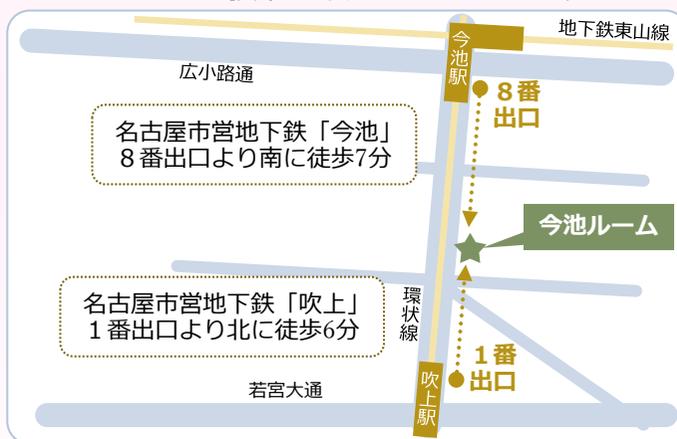
## グリーフ相談窓口・グリーフサロン『まぐのりあ』 ・グリーフ相談支援ネットワーク事務局

本山サロン 愛知県名古屋市千種区末盛通4-26-1  
ARK HOUSE 3階B号室



## 遺族会『マグノリア』

今池ルーム 愛知県名古屋市千種区今池南29-23  
扶桑ハイツ1201 f-Table今池ルーム



大切な人を亡くされた方の相談窓口

## グリーフ相談支援ネットワーク

URL <https://grief-soudan.com>

E-Mail [info@grief-soudan.com](mailto:info@grief-soudan.com)

電話 052-762-3482

受付時間 11時～16時 (月・火・金・土)\*祝を除く



## 大切な人を亡くされたときに

大丈夫  
愛する人への想い  
大切にしてほしい

グリーフケアのご案内

こころの中に抱え込んだ  
“大切な人への想い”  
“傷ついているあなた自身への想い”  
大切に癒してあげましょう

## あなたにはあなたのグリーフケアを

大切な人を亡くしたときに受ける衝撃は、残された者の心身に深刻なダメージを与えます。時間が止まってしまったかのような喪失感、絶望と孤独と寂しさでいっぱいになります。募る後悔の念に苛(さいな)まれます。あなたにとって、それほど大切な人であるからです。

グリーフケアにはいろいろな方法があります。

電話でもメールでも直接来訪でも訪問でも、あなたのありのままの辛さを吐露していただけるように、『相談窓口』を設けました。あなたに合ったサポート方法をあなたと一緒に考えていきます。

グリーフサロンで心の休息をしたり、遺族会に参加して悲しみを分かち合うこともできます。

『グリーフ相談支援ネットワーク』では、あなたが哀しみを抱えながらも、もう一度生きていく力を取り戻せるようになれるよう、仲間たちが寄り添い添走させていただきたいと考えます。

グリーフ相談支援ネットワーク

ご相談の内容は秘密厳守いたします。  
安心してお話いただける、安全な環境を提供いたします。

※グリーフ相談支援ネットワークは、皆様からのご寄付やご支援をいただき運営しており、ご相談は、無料でご利用いただけます。お気軽にご連絡ください。

# 選べる3つのグリーフケア

## グリーフ相談窓口

- ・個別に話を聴いてほしい
- ・自分に合ったケアの方法を知りたい
- ・ずっと、気持ちが塞いでいる
- ・どうしたら良いかわからない など

電話、メール、手紙、来訪、訪問など、あなたにとって一番利用しやすい方法でご相談ください。誰かに「話をする」「聴いてもらう」ことで、ひとりで抱えていたお気持ちが整理できるかもしれません。お話をお聴きする相談員はトレーニングを受けた、あなたと同じように大切な人を亡くしたピアサポーター(喪失体験者)です。

ご相談は無料です。お気軽にご連絡ください。

### 個別面談

予約不要です。\*現在、密集を防ぐため、事前のご予約をお願いしております。

受付時間: 11時~16時 (月・火・金・土) \*祝を除く

※身体的・精神的に出かけることが困難な方は、ご自宅やご指定の場所へ伺います(名古屋近郊)

### 電話相談

電話での相談も受け付けます。

受付時間: 11時~16時 (月・火・金・土) \*祝を除く

### メール相談

ホームページのメールフォームもしくは、下記のメールアドレスからの相談も受け付けます。

## 大切な人を亡くされた方の相談窓口 グリーフ相談支援ネットワーク



URL <https://grief-soudan.com>

E-Mail [info@grief-soudan.com](mailto:info@grief-soudan.com)

電話 052-762-3482

受付時間 11時~16時 (月・火・金・土)\*祝を除く

## グリーフサロン『まぐのりあ』

「しんどくなったら、家(うち)においでよ」  
大切な人を亡くされた方が、お気持ちが辛くなったとき、頑張れないとき、頑張りがたくないときに、気軽に訪れて、心の荷物をちょっと下ろしてくつろいでいただける場所です。

話してもいいし話さなくてもいい。コーヒーとか飲んで、音楽とか聴いて、本でも読んで、あなたの自由に過ごしていただけます。

\*専門相談員が  
常駐しています



### 利用方法

\*現在、密集を防ぐため、事前のお問い合わせをお願いしております。  
予約不要です。思い立ったときに、いつでもご利用いただけます。

OPEN時間: 11時~17時 (月・火・金・土) \*祝を除く

## 遺族会『マグノリア』

大切な人を亡くするという同じような経験をした方が集まり、悲しみを分かち合い、互いに支え合いサポートをしていく「遺族会」です。

「同じような経験をしている人にだから話せる、分かってもらえる」「ここなら話せる」そのままのあなたを受けとめてくれる場所です。

\*参加費500円

### 参加方法

初回予約制です。事前予約をお願いいたします。

開催日: 奇数月の第1水曜日 14時~16時  
偶数月の第3土曜日 14時~16時